

SAMEN THUIS



WZC De Regenboog

December 2025

Maandlijks tijdschrift van WZC De Regenboog. Jaargang 9 - december 2025, nummer 68 • P.B. 2070 Zwijndrecht - 8/5185 - P 006448
VU: Lieve Van der Paelt - WZC De Regenboog, Regenbooglaan 14, 2070 Zwijndrecht. Afgiftekantoor: Antwerpen X.

De ouderenweek thema Showtime: wat een feest !

De afgelopen week stond De Regenboog volledig in het teken van Showtime en dat hebben we geweten!

Het werd een bruisende en onvergetelijke Ouderenweek, gevuld met muziek, beweging, plezier en vooral... samen genieten.

We startten de week stijlvol met een ontbijt met bubbels, gevolgd door een hartverwarmende editie van "De Regenboog Zingt". Als afsluiter bracht Sven De Gendt de sfeer nog een trapje hoger met een enthousiast optreden.

Maar het absolute hoogtepunt was zonder twijfel het optreden van onze eigen "sterren op de dansvloer" tijdens het personeelsoptreden!

Niet alleen medewerkers en vrijwilligers gaven het beste van zichzelf, dit jaar schitterden ook heel wat bewoners mee op het podium.

Hun enthousiasme, lach en lef maakten de show nog mooier en zorgden voor een warme, verbonden sfeer die niemand koud liet.

Een welgemeende dankjewel aan iedereen die heeft bijgedragen om deze week om te toveren tot een echte feestweek: medewerkers, vrijwilligers, artiesten... en vooral onze bewoners, die met volle teugen hebben genoten.

We blijven nog nagenieten van al dat showgeweld en wie weet... sommigen dromen nu al stiekem van een optreden voor volgend jaar. En... gelijk hebben ze.

Veerle Verhelst



En verder in dit nummer:

1. De ouderenweek
2. Woordje Directie & Pastoraal
3. De ouderenweek

4. Speculaas en Sinterklaas
5. Een kaartje vol warmte
6. De Kerststal

7. Vacatures & Nieuws
8. Agenda & Pret en Verzet

Woordje van de directie

Geachte lezer,

Intussen is de ouderenweek achter de rug en hebben we terug kunnen genieten van feest, muziek, dans en optredens. Dank aan alle medewerkers, vrijwilligers en iedereen die voor en achter de schermen heeft meegeholpen om dit mogelijk te maken. Personeel en vrijwilligers hand in hand samen voor onze bewoners.

Intussen hebben wij vanuit de Vlaamse regering te horen gekregen dat minister Gennez in de begroting voor 2026 bovenop de besparingen van bijna 30 miljoen euro op de woonzorgcentra, nog 16 miljoen euro weghaalt uit het budget.

Men beweert dat er een daling van de zorgzwaarte zou zijn en dat dit tot minder uitgaven en zorg zou leiden. Daarnaast komt er een verstrenging van de controles, inspectie, ... gekoppeld aan besparingen.

Jammer ... al jaren zit onze sector op zijn tandvlees en kreunt hij onder personeelstekorten. Elke dag moet er worden gepuzzeld om de zorg rond te krijgen.

Iedereen weet dat mensen naar een woonzorgcentrum komen als het thuis echt niet meer gaat: wanneer het valrisico 's nachts te groot wordt, wanneer ze zich niet meer zelfstandig kunnen verplaatsen, wanneer hun dementie te vergevorderd is of wanneer zij lijden onder eenzaamheid of psychische stoornissen...

Hoe kunnen we dit nu rijmen met een maatschappij en een beleid dat vooruit moet kijken naar een samenleving waar steeds meer mensen ouder en kwetsbaar worden?

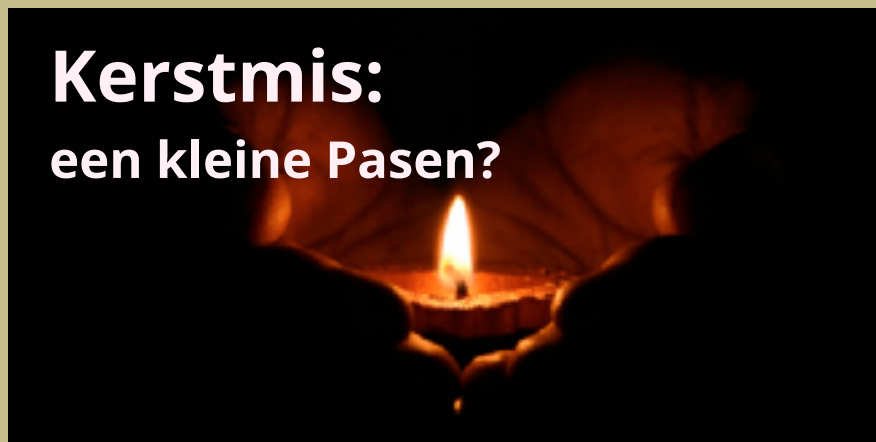
Waar iedere medewerker het beste van zichzelf wil geven om te zorgen voor kwaliteit van leven voor hun bewoners? Waar onze bewoners de dupe worden van heel het besparingsverhaal?

De Regenboog doet dan ook mee met de acties georganiseerd samen met alle woonzorgcentra aangesloten bij Zorgnet-Icuro

Lieve Van der Paelt
Het beleidsteam



Kerstmis: een kleine Pasen?



Kerstmis en Pasen lijken twee heel verschillende feesten. Kerstmis gaat over een kindje dat geboren wordt in een stal. Pasen gaat over Jezus die verrijst uit de dood. Toch horen beide feesten nauw bij elkaar. Ze vertellen namelijk hetzelfde grote verhaal: het leven wint het van de duisternis.

Nieuw leven in het donker

Kerstmis begint in een donkere nacht. Het is koud, er is geen plaats in de herberg en het leven van Jozef en Maria staat onder druk. En juist daar, in die kwetsbaarheid, komt iets nieuws: een kind, een klein lichtje dat de duisternis doorbreekt. Het vertelt ons: zelfs waar het leven hard is, kan er iets nieuws groeien.

Verrijzenis: opnieuw beginnen

Bij verrijzenis denken we meestal aan Pasen. Daar gaat het over opstaan na de dood, over hoop die sterker is dan wanhoop, over opnieuw kunnen leven wanneer alles voorbij lijkt. Verrijzenis is het geloof dat God altijd een nieuw begin mogelijk maakt, zelfs wanneer wij dat niet meer zien.

Hetzelfde verhaal in twee beelden

Als je goed kijkt, zie je dat Kerstmis en Pasen in elkaars verlengde liggen. Kerstmis: het leven begint opnieuw, heel klein en zacht. De verrijzenis: het leven begint opnieuw, sterk en onverwacht. Beide momenten zeggen hetzelfde: God laat de mens niet los. Er is altijd een weg vooruit. Er is altijd licht dat terugkomt.

Een verrijzenis in het dagelijkse leven

Zo wordt Kerstmis meer dan een feest van lichtjes en gezelligheid. Het wordt een uitnodiging om te zien waar ook wij opnieuw kunnen beginnen. Een klein woord van troost. Een glimlach die iemand terug laat openbloeien. Iemand die na een moeilijke tijd toch weer moed vindt. Een mens die in verdriet toch een sprankel licht ontdekt. De ouderenzorg die ondanks verwoestende besparingen van de overheid, toch een weg zoekt naar deskundige, kwaliteitsvolle, persoonsgebonden zorg in verbinding.

Dat zijn kleine vormen van verrijzenis. Kleine Kerstmissen die zich het hele jaar door afspelen. Kerstmis als hoop die blijft. Wanneer we het kindje in de kribbe zien, mogen we denken: hier begint het licht opnieuw. Wanneer we aan verrijzenis denken, mogen we horen: dit licht gaat nooit meer uit.

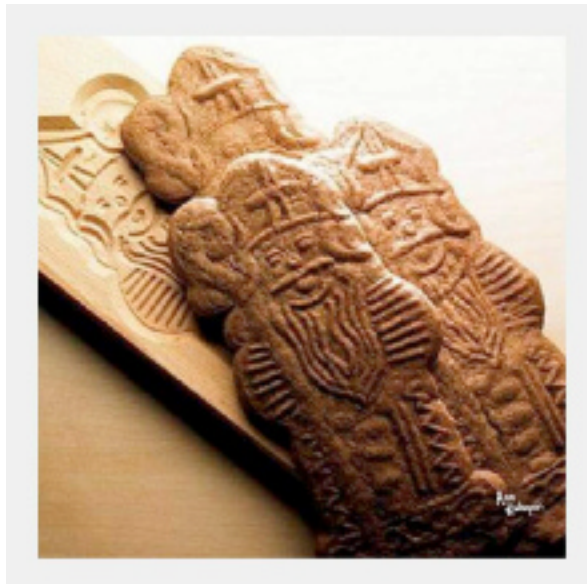
Zo wordt Kerstmis een voorafbeelding van Pasen. Een zacht begin van dezelfde grote belofte: het leven wint. Altijd.

Een zalige en warme Kersttijd voor iedereen!

Marc Wieme



Speculaas en Sinterklaas



Wanneer we denken aan Sinterklaas, horen we al onmiddellijk "Zie ginds komt de stoomboot" en "Sinterklaas kapoentje" in de oren klinken. Maar deze goedheiligman is ook onlos(s)makelijk verbonden met de kruidige en geurige smaak van speculaas. Bij onze Noorderburen zien ze nu al de pepernoten rond de oren vliegen. Maar waar komt toch die verbondenheid vandaan?

In de Middeleeuwen

De oorsprong van het Sinterklaasfeest vinden we in de vroege Middeleeuwen terug, namelijk rond de figuur van een bisschop, die in de vierde eeuw in het huidige Turkije leefde en bekend stond om zijn goedheid en vrijgevigheid. Na zijn dood op 6 december werd hij als heilige vereerd. Hij was de beschermer van kinderen, zeelieden en kooplieden. Aanvankelijk zetten de mensen bij valavond een "klompje" met een wortel klaar aan de poort van de kerk. Zij hoopten dat die wortel 's morgens was vervangen door een kruidkoek. Dit werd uitzonderlijk gesmaakt door de armste onder de dorpingen.

Het feest evolueerde door de eeuwen heen tot de traditie die we vandaag kennen. De Pieten verschenen pas in het begin van de negentiende eeuw. Een debacle wat vandaag nog altijd niet is uitgeklaard: zwart of roet. Het is beter om niet altijd zwart/wit te denken. Het is beter te denken in de kleuren van je hart.

Kruidkoeken

Maar ook in diezelfde vroege Middeleeuwen werd de kruidkoek oorspronkelijk als geschenk gegeven bij speciale gelegenheden, zoals een bruiloft of een geboorte. Aanvankelijk enkel in de rijkere klasse, maar met de komst van Sinterklaas genoten ook de armen van deze lekkernij. De kruidkoek werd gebakken op basis van roggemeel, honing (suiker was veel te duur), boter en een mengeling van kruiden. Buiten kaneel en

anijs werden ook kruidnagel, koriander, kardemon, nootmuskaat, gember en een beetje peper toegevoegd. De zachte vorm werd peperkoek genoemd, de harde speculaas.

Spiegelbeeld

In de naam speculaas herkennen we onmiddellijk het woord specerij, maar de ware toedracht vinden we bij het Latijnse woord speculum (spiegel). Vóór het bakken werden de koeken eerst in een uitgesneden beuken koekenplank gevormd. De prent in spiegelbeeld van de vorm werd daarna in de oven gebakken, waarna een figuur in speculaas verscheen. Deze figuur was een belangrijk en invloedrijk persoon: een rijke boer, een koning, een graaf of gravin. En... natuurlijk Sinterklaas. De "speculator" bij uitstek, de man die alles ziet. Zo werd de onschuldige speculaas ongewild een spiegelbeeld van de maatschappelijke ladder. Fictieve figuranten van een dominante maatschappij.

Romantische en vindingrijke bakkers uit het dorp bakten een speculaas in een hartvorm om deze met een knieval als lokmiddel aan een potentiële bruid aan te bieden. Een liefdeskoek die als zoete koek blindelings en gemakkelijk werd gesmaakt en geconsumeerd. Het was snel koek en ei tussen die twee. Hun harten en nog andere delen smolten in elkaar en na negen maanden lag er een kindje in de kribbe. Het kindje was niet van de Heilige Geest of van de timmerman. Het was van de bakker.

Peperduur

Van de op zich al prijzige kruiden die per schip werden ingevoerd uit verre landen, was kaneel het hoofdingrediënt onder de specerijen. Kaneel wordt gewonnen uit de bast van een boomsoort die in Indonesië groeit. Lang viel de import van kaneel onder de heerschappij van Portugal, tot Nederland met zijn Zilveren Vloot - niet zonder slag of stoot - het monopolie verwierf.

Grondstoffen zijn ook vandaag nog altijd een bron van twisten en oorlogen met de nodige effecten op de

maatschappelijke en economische wereld. Maar de gepeperde rekening van speculaas werd gespijsd door het toevoegen van peper. Want zoals algemeen bekend is peper peperduur. Moet er nog peper zijn...

Paradijskorrel

Het toeval wil dat er op onze planeet een plantje 'aframomum melegueta' (van de gemberfamilie) groeit, waarvan de zaden een scherpe zwarte-peperachtige smaak hebben. Die zaden zijn beter bekend als paradijskorrels. Vermits in onze contreien niet duidelijk was, vanwaar deze korrels werden ingevoerd, werd algemeen aanvaard dat ze uit het verre oosten kwamen. Voorbij het Heilig Land, waar ook de Drie Wijzen vandaan kwamen met goud, mirre en wierook.

Achter het Heilig Land lag Het Aards Paradijs. De zaden kwamen uit de Hof van Eden, waaruit Adam en Eva waren verjaagd. Deze paradijskorrel was veel goedkoper dan de dure peperkorrel. Maar geen paradijs zonder een adder onder het gras. De waarheid was dat de paradijskorrels niet uit het Oosten kwamen, maar van de Westkust van Afrika. Pure marketing.



Zo verschijnen er nu ook producten met dumpingprijzen uit China, waarvan de grondstoffen uit Afrika komen.

Vandaag is de "paradijskorrel" in de betere handel te koop en is peperduur. Een delicatessen, die ambachtelijke bieren of luxe speculaas een peperachtige smaak geeft, met hints van citrus en gember.

Grains of Paradise: een uitnodiging om ons westers denkkader te verbreden met een open blik tot over de landsgrenzen heen.

Johan Bral



Een kaartje vol warmte



Een kerstkaartje is zoveel meer dan een stuk papier en inkt. Het is een klein gebaar dat zegt: "Ik denk aan jou."

In een tijd waarin we elkaar niet altijd kunnen vasthouden, brengt een handgeschreven wens mensen dichterbij elkaar.

We wensen elkaar gezondheid, geluk, liefde en vrede. Zo'n kaartje brengt verbinding tussen familie en vrienden.

En hoe mooi is het als die warme wens ook nog een goed doel steunt? Dit jaar kan dat!

Wil jij een unieke kerstkaart versturen én tegelijk bijdragen aan onze droom van een nieuwe bus voor onze bewoners?

Kom dan zeker eens langs aan het onthaal, waar je tussen 9u en 16u (maandag tot vrijdag) prachtige kerstkaartjes kunt kopen, ontworpen door onze eigen bewoners.

De originele schilderijen die als basis dienden voor de kaarten, maken ook deel uit van onze kerstversiering op het gelijkvloers en zijn eveneens te koop ten voordele van de bus.

Prijzen kerstkaartjes:

- 1 kaart voor 2 €
- 6 kaarten voor 10 €
- 10 kaarten voor 15 €

Elke kaart draagt een stukje van de creativiteit, trots en warmte van onze bewoners.

Dus: verstuur dit jaar een kaartje met een verhaal!

Samen feestvieren



De feestdagen zijn een tijd van samenzijn, warmte en gezelligheid.

Samen genieten van lekker eten, een goed gesprek en de sfeer van Kerst en Nieuwjaar, dat is wat deze periode zo bijzonder maakt.

We weten dat het voor sommige bewoners niet altijd mogelijk is om nog samen thuis te vieren met familie. Daarom brengen wij de feesttafel graag tot bij onze bewoners in het woonzorgcentrum!

Ook dit jaar willen we er samen een onvergetelijke tijd van maken. Bewoners krijgen de kans om samen met twee familieleden te genieten van een heerlijk, feestelijk menu in ons ontmoetingscentrum.

Een sfeervolle tafel, feestelijke gerechten en warme contacten; daar gaan we voor.

Om iedereen de kans te geven om mee te vieren, organiseren we twee feestmenu's, op:

dinsdag 23 december
dinsdag 30 december

Begin december ontvangt elke bewoner een persoonlijke uitnodiging met alle praktische informatie en de mogelijkheid om in te schrijven.

We kijken er alvast naar uit om jullie te mogen verwelkomen op één van deze feestelijke momenten.

Veerle Verhelst

Spreekwoorden over Kerstmis

Er bestaan heel wat spreekwoorden over Kerstmis. Zoals bij vele spreekwoorden zijn het veelal boerenvoorspellingen, gebaseerd op de weersomstandigheden met Kerst. Waarschijnlijk was er één kans op tien dat de voorspelling uitkwam, maar dat neemt niet weg dat die volkswaarheden een plaatsje verdienen in ons collectief geheugen. Ook al spreken enkele spreekwoorden de andere tegen.

"Kerstmis in de sneeuw, Pasen in de modder" - Als er met Kerstmis sneeuw valt, mogen de boeren een slechte oogst verwachten.

"Kerstmis vol mist, geeft goud in de kist" - Een mistige Kerstmis wordt gezien als een teken voor een goede oogst.

"Vliegen met Kerstmis de muggen rond, dan dekt met Pasen het ijs de grond" - Een warme Kerst is een voorbode voor een koude lente.

"Veel wind in de kerstdagen, de bomen manden vol vruchten dragen" - Decemberstormen zijn de voorbode van een goede oogst.

"Is het met Kerstmis nog niet koud, dan gebruikt de winter niet veel hout". - De temperatuur met Kerst beslist over die van de hele winter.

Het ontstaan van de kerststal met een vleugje geschiedenis en een sprankeltje gezelligheid



We vieren Kerstmis op 25 december. Al in de vierde eeuw werd die datum vastgelegd als het feest van de geboorte van Jezus.

Toch werd 25 december niet willekeurig gekozen. De Romeinen hadden al een paar eeuwen op die datum iets te vieren: het feest van de zonnegod Sol Invictus, letterlijk "de onoverwinnelijke zon". Keizer Julius Caesar bepaalde toen dat dit feest op de kortste dag van het jaar zou vallen. Vanaf dan werden de dagen weer langer en kreeg de zon meer kracht.

Toen het christendom zich verspreidde, werd het kerstfeest al snel overal heel populair: van Italië over Spanje tot in Noord-Afrika. Vanaf de vijfde eeuw werd Kerstmis zelfs het belangrijkste feest van allemaal, belangrijker dan Pasen.

De eerste kerststal hebben we te danken aan Franciscus van Assisi

De kerststal zoals we die kennen, kwam pas veel later in beeld. Volgens het evangelie werd Jezus geboren buiten het dorp (er was geen plaats), in een vervallen schuur.

In 1223 kreeg Franciscus van Assisi een schitterend idee: "Laten we het verhaal van Jezus' geboorte gewoon naspelen!" In Greccio, waar Franciscus verbleef, bouwden de mensen een houten stal, waar echte mensen en levende dieren in werden geplaatst.

Die levende kerststal viel zo in de smaak dat men later overal stalletjes begon te bouwen.

Vanaf de vijftiende eeuw kwamen er vaste kerstkribben in Italië en een paar eeuwen later stond half Europa ermee te pronken.

En de os en de ezel dan?

Grappig genoeg komen die twee niet eens voor in het Bijbelverhaal! Lucas en Matteüs vertelden wel over de geboorte van Jezus, maar over dieren in de stal repten ze met geen woord.

De os en de ezel zijn pas later toegevoegd, geïnspireerd door de profeet Jesaja, die zei: "Een os kent zijn baas, een ezel zijn meester. Maar mijn volk wil er niets van weten." Zo werden die twee viervoeters symboolfiguren: de os stond voor de gelovigen (rein) en de ezel voor de ongelovigen (onrein).

De symboliek achter het beeld van de os en de ezel die dicht bij de kribbe staan, is niet ver te zoeken: bij Jezus is iedereen welkom, gelovig of niet, mens of ezel.

De volgende keer dat je naar je kerststal kijkt, glimlach even naar dat vrolijke duo. Ze staan daar niet zomaar wat hooi te kauwen, ze vertellen een oud verhaal. Kerstmis is een feest van licht, warmte en saamenhorigheid, al sinds de tijd van de Romeinen tot in onze huiskamers vandaag.

Gebaseerd op een artikel van www.kerknet.be

Marc Wieme en Bernard Verhelst



Kerstfeestjes op de afdelingen

Woensdag 17 december
Afdelingen Smaragd
en Koraal

Donderdag 18 december
Afdelingen Turkoois
en Robijn

Vrijdag 19 december
Afdeling Amethyst

Maandag 22 december
Afdelingen Saffier
Topaas en Lava

Vacatures



ZORG-SAAM
ZUSTERS KINDSHEID JESU

Werken bij Zorg-Saam: een opmerkelijk dankbare werkplek.

Wil jij graag de Vlaamse zorgsector mee vorm geven? Dan hebben we de perfecte job voor jou. Een team van gedreven en betrokken collega's staat met open armen voor je klaar.

Interesse?

WZC De Regenboog biedt je de volgende jobs aan:

- Kinesist
- Verpleegkundig expert/coach
- Adjunct hoofdverpleegkundige
- Centrale planner
- Hoofdverpleegkundige

Meer info:

<https://jobs.zorg-saam.be/nl?location=Zwijndrecht>

Contact: Lieve Van Der Paelt, algemeen directeur, telefoon: 03 253 29 02, e-mail: vanderpaeltl@deregenboog.zkj.be.

Adres: Woonzorgcentrum De Regenboog, Regenbooglaan 14, 2070 Zwijndrecht

WZC De Regenboog

Wij heten de volgende bewoners van harte welkom:

Daneels Georgette
- 23 oktober 2025 -
Afdeling Topaas

Van Royen Maria
- 30 oktober 2025 -
Afdeling Saffier

Joos Christiana
- 1 november 2025 -
Afdeling Turkoois

Brown Angele
- 4 november 2025 -
Afdeling Koraal

Campo Freya
7 november 2025
Afdeling Saffier

Van Lierop Hilda
- 12 november 2025 -
Afdeling Saffier

Biddelo Josephine
- 12 november 2025 -
Afdeling Smaragd

Claes Marcella
- 13 november 2025 -
Afdeling Amethyst

Van Denesse Joanna
- 16 november 2025 -
Afdeling Smaragd

Wij herdenken in onze gebeden de overleden bewoners:

Van Proeyen Marc
- 25 oktober 2025 -
afdeling Robijn

Huger Paul
- 28 oktober 2025 -
afdeling Amethyst

De Reu Godelieve
- 11 november 2025 -
afdeling Robijn

Peersman Rene
- 14 november 2025 -
afdeling Turkoois

Kerstkaartjes te koop aan het onthaal

De opbrengst gaat integraal naar de aankoop van de nieuwe bus voor onze bewoners.

- **1 kaart voor 2 €**
- **6 kaarten voor 10 €**
- **10 kaarten voor 15 €**



PRET EN VERZET

Maak de zin af met één van de volgende woorden:

toren / aanhanger / kap / rooster / ritssluiting / montuur / angel / riempjes / leuning / stronk / balkon / sporten / kraag / sloop / bladeren / tralies / oog / banden.

De plooirok heeft achter een _____

De oude kerk heeft een prachtige _____

Het kelderraam heeft ijzeren _____

De wenteltrap heeft een _____

Het kussen heeft een mooi geborduurde _____

De naald heeft een klein _____

De ladder heeft veel _____

De schemerlamp heeft een mooie _____

De nieuwe bril heeft een metalen _____

De jas heeft een brede _____

Bloemkool heeft een dikke _____

De tractor heeft grote _____

De barbecue heeft een grote _____

De krop sla heeft zachte _____

Horzels hebben een lange _____

De vrachtwagen heeft een drieassige _____

De nieuwe sandalen hebben smalle _____

Het huis heeft een zonnig _____

Activiteiten in december 2025

Dinsdag 2 december
Klassieke muziek op groot scherm
- om 14u30 in de kapel

Woensdag 3 december
Zitdansen
- om 10u30 in het OC

Vrijdag 5 december
Bezoek van Sinterklaas met roetpieten
- vanaf 8u op de verschillende afdelingen

Dienst woord en communie
- om 10u30 in de kapel

Pietenbal met DJ Sven
- om 14u30 in het OC

Zondag 7 december
Kerstconcert door Vox Grata
- om 10u30 in de kapel

Vrijdag 12 december
Kerstmarkt
- vanaf 14u00 in de inkomhal en OC

Zaterdag 13 december
Kerstmarkt
- vanaf 14u00 in de inkomhal en OC

Zondag 14 december
Eucharistieviering
- om 10u30 in de kapel

Maandag 15 december
Lindansen door The Happy Dancers
- om 14u30 in het OC

Dinsdag 16 december
De Regenboog zingt ...
- om 14u30 in de kapel

Vrijdag 19 december
Dienst woord en communie
- om 10u30 in de kapel

Dinsdag 23 december
Feestdiner voor bewoners met familie
- via inschrijving

Donderdag 25 december
KERSTMIS
Eucharistieviering
- om 10u30 in de kapel

Zondag 28 december
Eucharistieviering
- om 10u30 in de kapel

Dinsdag 30 december
Feestdiner voor bewoners met familie
- via inschrijving

NAAM

Afdeling/kamer/assistentiewoning

Geef ten laatste op 20 december je oplossing af aan een medewerker van Wonen & Leven of Ergo. De winnaar krijgt bons ter waarde van 8 euro, voor een consumptie in het OC.

De winnaar van de vorige editie is: Joanna Kloeck, afdeling Turkoois, kamer 1122

Lees onze huiskrant nu ook digitaal:
www.zorg-saam.be/de-regenboog

Redactieraad: Veerle Verhelst, Marc Wieme, Johan Bral, Sienke Baeten, Lore Van Britsom, Gerrit Janssens en Bernard Verhelst

Vormgeving: Bernard Verhelst
Fotograaf: Gerrit Janssens
V.U.: Lieve Van der Paelt